

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Paris, le 14 mars 2016

### **La Fédération française de natation (FFN) et l'Association française des hémophiles (AFH) publient ensemble le « manuel indispensable » sur les bienfaits de la natation auprès des personnes atteintes de de maladies chroniques**

La natation est particulièrement recommandée aux patients atteints de troubles rares de la coagulation<sup>1</sup> et ce dès l'enfance. En effet, nager permet de renforcer la musculature autour des articulations et de réduire ainsi les conséquences des hémorragies intra-articulaires inhérentes à ces pathologies.

Pour l'AFH, ce manuel témoigne de sa volonté d'associer les compétences des professionnels de la natation, des soignants, et des malades qui pratiquent la natation depuis souvent des années, pour leur plus grand plaisir.

Avec son activité « Nagez Forme Santé », la FFN témoigne de son engagement auprès des personnes atteintes de maladie chronique. Dans le cadre de ce programme et avec ce manuel, la FFN s'engage résolument avec l'AFH pour aider les personnes atteintes d'une maladie chronique rare à vivre mieux leur pathologie et ce quel que soit leur âge.

Plus largement, ce manuel s'adresse à toutes les personnes atteintes de maladie chronique. Il s'inscrit parfaitement dans la volonté des autorités de santé de développer l'activité physique (article 144 de la loi du 20 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé). Il a pour objectif de redonner envie aux indécis mais aussi de conforter ceux qui nagent déjà en leur rappelant combien les bénéfices de la pratique de la natation sont multiples.

Pour télécharger le manuel :

[http://afh.asso.fr/IMG/pdf/brochure\\_natation\\_bdef.pdf](http://afh.asso.fr/IMG/pdf/brochure_natation_bdef.pdf)

#### **Contact presse :**

AFH – Claire Arcé

[claire.arce@afh.asso.fr](mailto:claire.arce@afh.asso.fr) / 01 45 67 57 27

FFN – Nicolas Menanteau

[nicolas.menanteau@ffnatation.fr](mailto:nicolas.menanteau@ffnatation.fr) / 01 41 83 87 54

---

<sup>1</sup> Hémophilie, maladie de Willebrand et pathologies plaquettaires